

# Seicosis



**'Seicosis' yw'r gair sy'n disgrifio profiad o golli cysylltiad â realiti.**

Mae cysylltiad rhwng seicosis â [sgitsoffrenia](#), anhwylder sgitsoeffeithiol, seicosis puerperal ac [iselder](#) difrifol. Caiff hefyd yn aml ei brofi'n ystod cyfnodau 'uchel' a brofir gan unigolyn ag [anhwylder deubegynol](#). Gall cyflyrau eraill fel dementia arddangos symptomau seicotig hefyd.

---

## Symptomau cyffredin

- [Clywed lleisiau](#)
- Rhithweledigaethau – gweld pethau nad yw eraill yn eu gweld
- Credu neu feddwl am bethau anarferol, a gaiff eu hystyried yn rhyfedd gan eraill
- Profi bod eu canfyddiad o amrywiol bethau a sefyllfaoedd yn newid
- Rhoi ystyr personol i wrthrychau pob-dydd
- Profi meddyliau [paranoid](#)

---

## Ynglŷn â seicosis

Mae seicosis yn disgrifio sefyllfa ble mae nifer o symptomau neu brofiadau yn digwydd ar yr un pryd. Bydd symptomau'n amrywio rhwng wahanol bobl, ond y brif nodwedd gyffredin yw nad ydyn nhw'n dueddol o brofi realiti yn yr un modd ag eraill.

Bydd rhai pobl yn profi un 'episod' yn unig o seicosis yn ystod eu bywyd, gan wella'n llwyr ar ei ol. Ond, i nifer, gall fod yn broses tipyn hirach. Mae'n bosib y bydd unigolyn sy'n dioddef seicosis yn:

- clywed, arogli, teimlo neu weld pethau yn wahanol i eraill (rhith-weld);
- meddwl am neu gredu ym mhethau rhyfedd sy'n aml yn gwneud iddynt deimlo eu bod yn cael eu rheoli neu eu hafkonyddu (rhithdybiau);
- ymddangos yn gynhyrfus neu fel eu bod yn tynnu'n ôl oddi wrth eraill ac yn osgoi cysylltiad gyda phobl

Fodd bynnag, yn aml iawn ni fydd unigolyn sy'n byw â seicosis yn sylweddoli fod unrhyw beth o'i le (diffyg dirnadaeth).

## Gwneud diagnosis

Oherwydd tebygrwydd symptomau seicosis i'r rheiny a brofir gyda [sgitsoffrenia](#), [anhwylder deubegwn](#) ac [iselder](#) seicotig, does dim un prawf penodol ar ei gyfer. Profir symptomau a chyrrhaeddir diagnosis drwy siarad â'r unigolyn a pherthynas neu ffrind agos er mwyn deall hanes yr unigolyn yn ogystal â beth arall all fod yn achosi'r symptomau.

## Triniaethau

Bydd meddyginiaeth yn cael ei roi cyn gynted ag y bo modd er mwyn ceisio helpu gyda'r symptomau mwyaf annifyr a gall hyn helpu'r posiblwydd y bydd mathau eraill o gymorth yn

llwyddiannus. Defnyddir nifer o wahanol driniaethau ar y cyd â'r feddyginiaeth, neu ar eu pen eu hunain. Mae'r rhain yn cynnwys therapiau siarad (seicotherapi) a therapi ymddygiad gwybyddol (CBT). Yn aml hefyd, bydd y pecyn gofal yn nodi'r angen i dderbyn therapi teulu fel rhan greiddiol o'r ymyrraeth.

Daeth yr wybodaeth uchod o wefannau [Gofal](#) a [RCPSYCH](#)

---

*Mae testun y cofnod hwn wedi'i ryddhau dan y drwydded [Creative Commons BY-SA 4.0](#), sy'n eich caniatáu i'w ail-ddefnyddio a'i newid mewn unrhyw ffordd os ydych yn rhoi cydnabyddiaeth ar ffurf dolen i'r dudalen hon, ac yn trwyddedu eich fersiwn ddeilliadol yn yr un modd. Gweler [testun y drwydded](#) am ragor o fanylion.*

---

## Mwy o wybodaeth

- [Darllen rhagor am Seicosis ar meddwl.org](#)
  - [Seicosis : RCPSYCH](#)
  - [Seicosis : Gofal](#)
  - [What is psychosis? : Mind](#) (Saesneg)
- 

## Dolenni eraill

- [Fforwm drafod : Seicosis, Clywed Lleisiau, Sgitsoffrenia a TD](#)
- [Cymorth](#)
- [Triniaethau](#)
- [Gwybodaeth, llinellau cymorth a rhestr o elusennau](#)